



توجه به آلودگی نوری در مراقبت از نوزاد

دکتر شهنازادگان سمیرا

استادیار گروه مامایی، دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل 0645

سابقه و هدف: آلودگی نوری به روشن شدن بیش از حد یک محیط بر اثر نورهای مصنوعی گفته می‌شود. نور از منابع بالقوه آسیب رسان به نوزاد به ویژه نوزاد نارس می‌باشد. آلودگی نوری می‌تواند موجب اختلال در روند وزن گیری و کیفیت خواب نوزاد و تغییرات فیزیولوژیک مانند افزایش ضربان قلب و تعداد تنفس نوزاد و کاهش اشباع اکسیژن در نوزاد شود. همچنین شواهدی از تاثیر نور بر وزن هنگام تولد، کوتاه شدن طول حاملگی و حتی زایمان زودرس یافت شده است. این پژوهش با هدف بررسی آلودگی نوری در مراقبت از نوزادان انجام شد.

روش کار: این مطالعه با جستجو در پایگاههای اطلاعاتی با کلید واژه های Light pollution, Neonatal care و مطالعه کتب انجام گردید.

یافته ها: یکی از ابزارهای اندازه گیری شدت روشنایی Foot- Candle است که عبارت از روشنایی یک شمع برای روشن کردن تا فاصله ۳۰ سانتی متری می‌باشد. بر اساس استاندارد میزان روشنایی بخش مراقبت ویژه نوزادان در حالت عادی در روز بین ۱۰ تا ۲۰ و در شب نیم Foot- Candle است. برای مشاهده وضعیت نوزاد و انجام اقدامات Foot- Candle ۱۰-۶۰ کافی می‌باشد. لازم به ذکر است که میزان نور طبیعی خورشید از پشت شیشه Foot- Candle ۱۰۲۴ است. در معاینه رتینوپاتی نارس (ROP)، نوری که با افتالموسکوپ طی مدت دو دقیقه به چشم نوزاد تابانده می‌شود، معادل Foot- Candle ۲۰۰۰ نور به مدت سه ساعت به صورت پیوسته است.

نتیجه گیری: نوزادان بخصوص نوزادان نارس به دلیل داشتن پلک نازک در برابر نور زیاد بی دفاع هستند. لازم است که در جهت حفاظت نوزادان از آلودگی نوری به والدین و مراقبان سلامت آموزش داده شود و به اهمیت موضوع، استاندارد کردن فضای فیزیکی در منازل و بیمارستان ها و بهبود امکانات و تجهیزات دقت بیشتری شود.

کلمات کلیدی: آلودگی نوری، مراقبت از نوزاد، Light pollution, Neonatal care